

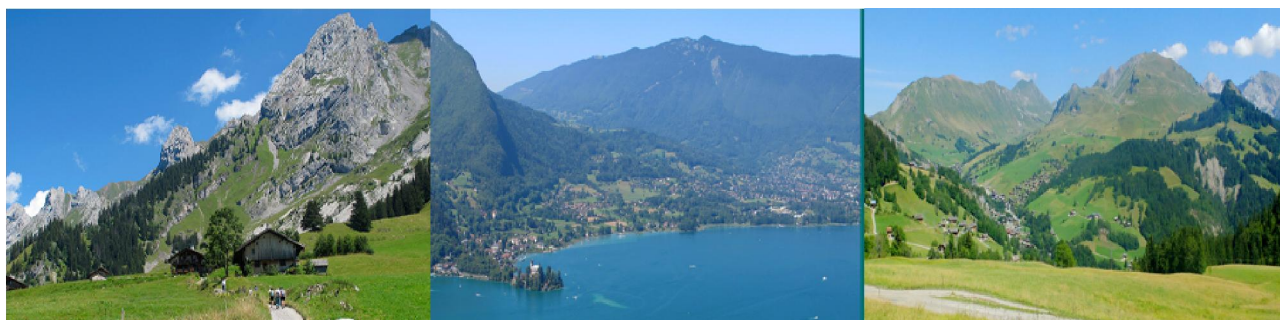


FICHE TECHNIQUE 2022 France - Alpes du Nord

DES ARAVIS AU LAC D'ANNECY

Sans portage

7 jours – 6 nuits – 6 jours de marche – *Randonnée Niveau 3*



Une randonnée en liberté dans les Alpes, au cœur des Aravis, avec les célèbres sites du Grand Bornand, St Jean de Sixt, Annecy, la Clusaz, Thônes...

Ce tour, exclusif, fait la part belle à la plus spectaculaire partie des Aravis, autour des 4 villages les mieux préservés et les plus authentiques : le Grand Bornand, Chinaillon, la Clusaz et Saint Jean de Sixt, sans oublier la petite ville de Thônes patrie du Reblochon, et bien sûr Talloires, au bord du lac et de la très belle ville d'Annecy. Appuyé contre la chaîne des Aravis et la Pointe Percée, panoramique, varié et d'une altitude idéale, le massif des Aravis offre une image idéale de la montagne, agrémentée de chalets aux toits de tavaillons, de riches alpages (berceau du reblochon !), de chapelles disséminées...

Les Aravis font partie de la chaîne des Préalpes calcaires, entre le massif des Bauges au sud et celui des Bornes au nord. Au cœur de la Haute Savoie, tout près du lac d'Annecy, de Mégève et du Mont Blanc, c'est un des massifs les plus attachants, un pays de traditions montagnardes, un pays dynamique mais qui a su conserver son intégrité architecturale et qui nous réserve des randonnées magnifiques et variées.

Les points forts de ce parcours

Une très belle arrivée sur le lac d'Annecy, un des plus beaux panoramas des Alpes.

Une traversée en bateau du lac d'Annecy.

4 villages parmi les plus authentiques et les mieux préservés des Aravis.

PROGRAMME

Jour 1 : **Saint Jean de Sixte**

Un village authentique des Aravis. Hébergement à l'hôtel de Beau Site***, particulièrement calme et avec une belle vue. Vous pourrez également profiter de la piscine ou aller faire un tour au village. Vous pouvez en profiter pour faire une visite de la ferme « Milk et bouses ».

Transfert : bus de ligne, 45 minutes environ.

*Hébergement : hôtel***.*

Repas inclus : dîner.

Repas non inclus : petit déjeuner - déjeuner.

Jour 2 : **Saint Jean de Sixte - Les Confins**

1^{ère} journée en douceur, jusqu'au plateau des Confins. Deux options :

* En passant par les Mouilles de la Perrière et la Tête du Danay (1731 m) avec un très beau panorama sur la chaîne des Aravis à l'Est et sur le Mont Lachat de Chatillon et la vallée du Bouchet.

Temps de marche : 4 heures environ.

Distance : 9 km.

Dénivelé positif : + 750 m.

Dénivelé négatif : - 350 m.

* Une version plus longue par la Pointe de Beauregard et la Combe du col des Aravis.

Temps de marche : 6 heures 30 environ.

Distance : 21 km.

Dénivelé positif : + 1220 m.

Dénivelé négatif : - 830 m.

*Hébergement : hôtel**.*

Repas inclus : petit déjeuner - dîner.

Repas non inclus : déjeuner.

Jour 3 : **Les Confins - Le Chinaillon**

Par le col des Annes (1721 m), passant au pied du sommet mythique des Aravis : la Pointe Percée (2750 m), les Grands Alpagnes du plateau des Confins, puis nous basculons vers le haut de la vallée du Bouchet dans le beau cirque, sous la Pointe Percée (2750 m) et la Pointe de Rouilletaz (2077 m). Le sentier contourne quelques pans de montagne pour franchir le facile col de Borneronde, puis le col des Annes (1721 m). Pique-nique possible au gîte du col des Annes. Descente ensuite vers le hameau du Chinaillon sous les crêtes des Pointes d'Almet, de Grande Combe et la Pointe des Deux Heures.

Temps de marche : 6 heures environ.

Distance : 15 km.

Dénivelé positif : + 800 m.

Dénivelé négatif : - 850 m.

Option courte avec 5 heures 15 de marche, 14,5 km, D+ : 600 ; D- : 650 m.

*Hébergement : hôtel***.*

Repas inclus : petit déjeuner - dîner.

Repas non inclus : déjeuner.

Jour 4 : **Chinailon - Grand Bornand**

Deux itinéraires pour rejoindre le Grand Bornand

* Montée par la crête de l'Aiguille Verte (2000 m) et le lac de Lessy. Depuis l'Aiguille Verte, la vue est splendide sur le sommet des Aravis (la Pointe Percée) et l'arête sommitale du Mont Blanc, puis vous franchirez le col de Forclaz et descendrez au hameau de Mayse (bergerie d'étape, boissons, casse-croûtes). Il faut ensuite remonter le col du Planay entre le Roc des Tours et le Roc de Charmieux et descendre ensuite pour rejoindre l'itinéraire qui vous conduira progressivement vers les Mouilles, la Tannaz et le village du Grand Bornand.

Temps de marche : 6 heures 45 environ (pique-nique possible au gîte des chalets de Mayse (buvette)).

Distance : 18 km.

Dénivelé positif : + 1070 m (sans difficulté technique).

Dénivelé négatif : - 1450 m.

* Randonnée plus courte possible : montée par le sentier découverte « les Alpagnes de Samance » et descente sur le vieux village classé du Chinailon la Bouvardière. Montée ensuite tranquillement sous le Roc de Charmieux pour vous élever vers l'alpage de la Tannaz en passant par les Mouilles. Descente ensuite le long des rochers de la Forclaz jusqu'au village du Grand Bornand.

Temps de marche : 5 heures environ.

Dénivelé positif : + 470 m.

Dénivelé négatif : - 650 m.

*Hébergement : hôtel**.*

Repas inclus : petit déjeuner - dîner.

Repas non inclus : déjeuner.

Jour 5 : **Grand Bornand - Thônes**

Deux itinéraires pour rejoindre Thônes

* Vous rejoindrez Saint Jean de Sixt en passant par les petits alpages des Pochons et des Frasses, ou vous prendrez le bus régulier jusqu'à St Jean de Sixt, puis à pied jusqu'à Thônes en passant par les Alpagnes le Mont, les Fours et le Fételay. Belle vue sur le massif de la Tournette.

Temps de marche : 6 heures 30 environ.

Distance : 14,5 km.

Dénivelé positif : + 870 m.

Dénivelé négatif : - 1130 m.

* Plus long, mais sans difficulté technique, vous rejoindrez St Jean de Sixt en passant par les petits alpages des Pochons et des Frasses ; montée ensuite sur le plateau de Beauregard.

Temps de marche : 6 heures 50 environ.

Distance : 18 km.

Dénivelé positif : + 1050 m.

Dénivelé négatif : - 1240 m.

*Hébergement : hôtel***.*

Repas inclus : petit déjeuner - dîner.

Repas non inclus : déjeuner.

Nota : le temps de randonnée dépend de si vous prenez le bus ou pas pour st Jean de Sixt.

Jour 6 : **Thônes - Annecy**

Transfert le matin à Montremont (9km). Montée ensuite au pied de la Tournette par le col des Nantets (1426 m) ; découverte, depuis le col, du lac d'Annecy qui s'étale comme un écrin au cœur des montagnes. Descente ensuite au pied des dents de Lanfon par le sentier du tour du lac. Vous rejoindrez Talloires, le plus beau site et village situé au bord du lac. De là, vous prendrez « l'omnibus », célèbre bateau qui fait le tour du lac pour gagner Annecy, en passant par Doussard et Duingt. Nous vous recommandons d'aller dîner dans un des nombreux restaurants du « Viel Annecy », splendide quartier d'Annecy au bord du lac.

Transfert : 9 km, 8 minutes environ.

Temps de marche : 5 heures 30 environ.

Dénivelé positif : + 600 m.

Dénivelé négatif : - 950 m.

*Hébergement : hôtel****.*

Repas inclus : petit déjeuner.

Repas non inclus : déjeuner - dîner.

Viamonts trekking (sarl vstm) tel. 05 61 79 33 49 mail info@viamonts.com

Fiche technique «Des Aravis au lac d'Annecy » Réf : fral48020

Jour 7 : **Annecy - Col de Bluffy - Annecy - Fin du séjour**

Vous pouvez partir après le petit déjeuner. Nous vous proposons cependant une belle randonnée au-dessus d'Annecy :

Pour rejoindre le col de Bluffy, utilisez le bus de ligne qui va en direction de Thônes, le même que vous avez peut-être utilisé pour aller le 1^{er} jour à Saint Jean de Sixt. De là, vous monterez en direction de la crête du Mont Barret (1065 m) que vous franchirez pour rejoindre le col des contrebandiers (1054 m), puis sur le Mont Baron, point de vue remarquable (1254 m). Le chemin suit la crête jusqu'au Mont Veyrier (1291 m au plus haut) et redescend ensuite jusqu'au bord du lac d'Annecy.

Transfert : bus de ligne, 7 km, 5 minutes environ.

Temps de marche : 5 heures 30 environ.

Dénivelé positif : + 735 m.

Dénivelé négatif : - 920 m.

Repas inclus : petit déjeuner.

Repas non inclus : déjeuner - dîner.

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction (au 07/02/22) ; des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement. Si cela se produisait nous vous en avertirions par téléphone et un avenant à votre carnet de voyage vous serait immédiatement envoyé.

Les heures de marche s'entendent sans les arrêts et sont strictement indicatives. Suivant les conditions météorologiques, suivant le niveau des participants ainsi que parfois l'état du terrain (boue, neige etc), ces temps de marche peuvent varier à la hausse ou à la baisse.

En raison des risques et des imprévus techniques, climatiques ou autres pouvant intervenir directement ou indirectement sur votre séjour, VIAMONTS Trekking ou son représentant durant le séjour se réserve le droit de modifier l'itinéraire, la succession des étapes, voire d'annuler certaines prestations du programme, notamment si des conditions particulières mettent en cause la sécurité du groupe ou d'une seule personne. Faites nous confiance, ces modifications sont faites dans votre intérêt ou pour votre sécurité.

*"Le trekking, la randonnée, c'est une passion, un état d'esprit... L'imprévu fait partie intégrante de cette éthique du voyage : "sortir du programme" prévu, l'espace de quelques temps, afin de vous faire vivre quelque chose d'inattendu et pourtant de typique ou authentique nous semble incontournable...
Chez VIAMONTS Trekking, nous cultivons cet état d'esprit : vivre une fête traditionnelle ou autre évènement qui se déroule au village voisin de notre lieu d'hébergement, observer un animal rare et le suivre un moment... Tous nos guides sont à l'affût de ces petits moments exceptionnels qui vous feront vivre encore plus intensément votre voyage... C'est aussi pour cela que vous aimez le trekking et la randonnée, que vous aimez sortir des sentiers battus!!" ...*

INFORMATIONS TECHNIQUES ET PRATIQUES

LE NIVEAU PHYSIQUE

Randonnée Niveau 3 : Les randonnées de niveau 3 nécessitent un entraînement régulier. Vous faites au minimum 1 séance de sports par semaine, en complément d'avoir l'habitude de marcher sur différents types de terrains. De même, vous êtes déjà accoutumé aux dénivellations de terrains, et vous avez déjà réalisé (relativement récemment) des randonnées en montagne, au moins à la journée, avec un dénivelé positif d'au moins 800 m.

Vous cheminerez en majeure partie sur des sentiers (mais pas exclusivement selon les lieux), qui peuvent être très rocailleux parfois, mais vous cheminerez également sur quelques hors-sentiers que ce soit dans une prairie herbeuse/caillouteuse comme sur un pierrier/éboulis.

De manière ponctuelle, vous pourrez être amené à passer des passages plus « délicats » comme le bord d'une falaise, un gradin rocheux à surmonter, un « champ de gros blocs rocheux » à traverser, ... Ces moments pourront alors représenter pour vous un « moment difficile », une sorte de « dépassement de soi » qui nécessitera que vous sachiez faire preuve de volonté et de ténacité pour « y arriver ». Pas d'inquiétude, ces moments resteront très courts sur l'ensemble du séjour.

En cas de mauvaise météo, l'objectif de la journée pourra être revu sur un séjour « en étoile », mais il sera maintenu sur les séjours « en itinérance ». Dans certains cas d'itinérance, une alternative pourra toutefois être proposée mais les frais éventuels seront alors à votre charge.

Le but ici n'est donc pas d'accomplir un exploit sportif mais plutôt de découvrir de nouveaux paysages, non accessibles autrement qu'à pied, en alliant bon rythme et découverte.

En résumé, si une bonne cadence de marche reste nécessaire, le parcours est toutefois pensé afin de limiter au minima le temps à passer sur des difficultés de terrain pour mettre l'accent sur la contemplation de paysages exceptionnels.

Les temps de marche sont généralement compris entre 4 et 6 heures par jour. Le nombre de kilomètres peut varier entre 12 et 20 km selon la nature du terrain (montagne ou plat, sentier ou piste,...).

La vitesse de marche sera d'environ 4 km par heure sur du plat ; + 300 m par heure à la montée ; - 450 m par heure à la descente.

Le dénivelé positif oscille entre 500 et 900 mètres (autant à descendre).

L'amplitude horaire :

Les départs en randonnée se font généralement vers 08h00 – 08h30, et l'arrivée à l'hébergement suivant est prévue vers 17h30 – 18h00. Cette amplitude horaire permet de réaliser la marche nécessaire tant dans sa longueur que dans les difficultés ponctuelles, tout en prenant le temps de quelques pauses en journée pour un panorama sur un sommet, une baignade ou une sieste lors de la pause déjeuner, l'observation d'une harde d'isards, ou encore une histoire incontournable à raconter et propre au circuit que vous réalisez.

Concernant l'hébergement, l'authenticité vient parfois s'entremêler au confort. Les étapes peuvent donc avoir lieu dans un hôtel comme dans un refuge, donc en chambre privative comme en dortoirs collectifs.

Il sera donc très important sur le niveau 3 de bien regarder les hébergements de votre séjour car ils pourront avoir une influence directe sur la perception que vous pouvez en avoir, mais également sur la fatigue que vous allez ressentir au fur et à mesure de l'avancement du séjour.

LE NIVEAU PSYCHOLOGIQUE

Nous ne pouvons malheureusement pas assurer le beau temps... et il arrive que la météo soit farceuse. Ne faites pas chuter votre moral en même temps que la pluie et ne vous laissez pas assombrir par un ciel gris particulièrement bas.

Cela fait parti du voyage ... laissez-vous imprégner par une ambiance ... différente !...

L'HÉBERGEMENT

1 nuit en hôtel* à Saint jean de Sixte**, en base chambre double ou twin à partager.

1 nuit en hôtel* avec piscine à Le Chinillon**, en base chambre double ou twin à partager.

1 nuit en hôtel* à Thônes**, en base chambre double ou twin à partager.

1 nuit en hôtel ou équivalent à Confin**, en base chambre double ou twin à partager.

1 nuit en hôtel ou équivalent au Grand Bornand**, en base chambre double ou twin à partager.

1 nuit en hôtel** à Annecy**, en base chambre double ou twin à partager.

En France, de plus en plus d'hôtels ou de chambres d'hôte refusent toute classification, même de la part d'établissements qui étaient encore classés voici un ou deux ans. Ces établissements ne perdent pas pour autant en qualité, loin de là. Parmi, les chambres d'hôtes, beaucoup sont des chambres de charme. Si nous indiquons par exemple un niveau de confort « *** ou équivalent », cela signifie que l'établissement n'est pas forcément classé, mais a un confort correspondant à celui d'un hôtel***.

LE PORTAGE DES BAGAGES

Rien à porter : vous ne portez qu'un petit sac à dos avec le pique-nique et vos affaires des la journée. Vous retrouvez vos bagages tous les soirs à l'étape.

LA NOURRITURE ET L'EAU

Pour les boissons, vous disposez du contenu de votre gourde. Pensez à la remplir chaque matin dans votre hébergement.

Vous pourrez, si vous le désirez, acheter des bouteilles d'eau minérale dans tous les commerces des villages que nous croiserons.

A ce moment là, nous vous recommanderons de procéder vous-mêmes au tri de vos déchets en jetant votre bouteille vide dans les conteneurs adaptés disponibles uniquement en ville. En effet, le personnel de nettoyage de votre chambre n'est pas habilité à faire le tri de votre poubelle.

Les petits-déjeuners sont pris à l'hébergement.

Les repas de midi sont des pique-niques ; ils sont en option.

Les repas du soir sont pris au restaurant de l'hôtel net sont servis chauds.

PÉRIODE DE DÉPART

Départ possible tous les jours de la semaine, de mi-juin à mi-septembre.

Haute saison : de mi-juin à début septembre 2022.

RENDEZ-VOUS ET DISPERSION

Rendez-vous : le jour 1 dans l'après-midi à Saint Jean de Sixt.

Dispersion : le jour 7 après le petit déjeuner ou dans l'après-midi après la randonnée, à Annecy.

LE PRIX

Le prix comprend

L'hébergement en demi-pension sauf à Annecy en B&B.

Le transport des bagages.

Le transfert Thônes/Montremont.

Le ticket pour le bateau sur le lac d'Annecy.

Les taxes de séjour.

Le prix ne comprend pas

Les boissons individuelles.

Les déjeuners.

Le dîner à Annecy.

Les tickets de bus.

Les visites de sites.

L'assurance.

Les frais de dossiers (30 € pour un groupe de 1 à 5 personnes avec l'envoi de maximum 1 carnet de voyage).

D'une manière générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans « le prix comprend ».

Départ possible à partir de 2 personnes. Accessible aux enfants motivés et marchant bien à partir de 11 ans.

Séjour pour randonneur seul possible avec supplément.

Informations complémentaires quant aux frais de dossier

De manière générale, il sera prévu **30 € de frais de dossier pour un groupe de 1 à 5 personnes**, avec l'envoi de maximum 1 carnet de voyage. Pour un groupe de 6 à 15 personnes, les frais de dossier seront de **50 € pour le groupe**. **En cas d'inscription de dernière minute**, à - 15 jours du départ, **un supplément de 30 € de frais de dossier pour le groupe sera facturé** afin de finaliser l'envoi du carnet de voyage en Chronopost et sur une adresse en France.

Frais de modification :

Toute demande de changement faite **après confirmation** du voyage entraînera la facturation de **30 € de frais** de modification pour le groupe, payables immédiatement par carte bancaire à distance.

OPTIONS POSSIBLES

Option chambre individuelle en basse saison : + **255 €**.

Option chambre individuelle en haute saison, du 19/06 au 04/09/22 : + **275 €**.

Option 5 pique-niques : **77 €/pers.**

Option nuit supplémentaire à Saint Jean de Sixt en hôtel*** en demi-pension : **90 €/pers** en chambre de 2, **110 €** en chambre individuelle.

Option nuit supplémentaire au Grand Bornand en demi-pension en hôtel** : **80 €/pers** en chambre de 2 ; **110 €** en chambre single.

Nuit supplémentaire à Annecy en B&B en hôtel**** : **85 €/pers** en chambre de 2) ; **145 €** en chambre single.

CONVOCACTION

C'est un circuit en liberté sans accompagnateur ; le dossier de voyage avec les cartes, le topoguide détaillé et les bons d'échange pour les hôtels vous seront soit envoyés avant le départ, soit disponibles au premier hébergement.

LES FORMALITÉS DE POLICE ET DE DOUANE

Les voyageurs, mineurs inclus, doivent être en possession d'une carte d'identité ou d'un passeport (ressortissants de l'UE).

Formalités crise sanitaire COVID-19 :

TRES IMPORTANT : En ces temps de crise sanitaire, les formalités de police pour passer les frontières même européennes sont très variables et souvent sans préavis. Il est donc **INDISPENSABLE** de consulter le site du Ministère de l'Europe et des Affaires Etrangères : www.diplomatie.gouv.fr

Concernant les formalités liées à la crise sanitaire du COVID-19, et au fameux « pass sanitaire », nous vous recommandons de vous tenir informé des dispositions, restrictions, et autorisations ou non, liées à la fréquentation des hôtels, des refuges (légalisation différentes des hôtels), restaurants, transports en communs, taxis, entrées dans les monuments, les parcs, etc.... Dans ce cadre, il peut arriver que vous deviez prévoir votre duvet personnel dans les hébergements en dortoirs.

Ces formalités étant particulièrement changeantes sans aucune anticipation et sans aucun préavis, les carnets de voyage ne peuvent donc pas être tenus à jour.

Aussi, nous vous recommandons de consulter régulièrement et jusqu'à votre départ le site internet suivant :

<https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus/pass-sanitaire>

SANTÉ

Vaccins obligatoires : aucun.

Vaccins recommandés : les habituels à savoir diphtérie/tétanos/polio ; éventuellement hépatites A et B.

N'oubliez pas votre carte Vitale et votre carte de Mutuelle.

Il est recommandé de faire appel à votre médecin traitant pour établir avec lui une pharmacie de voyage adaptée à votre cas personnel et à votre destination.

Viamonts trekking (sarl vstm) tel. 05 61 79 33 49 mail info@viamonts.com

Fiche technique «Des Aravis au lac d'Annecy » Réf : fral48020

Compte tenu de l'éloignement de tout centre de secours, nous vous recommandons de partir en bonne santé.

Amenez avec vous les coordonnées de votre assurance en assistance – rapatriement souscrite pour ce voyage : n° de téléphone d'urgence et n° de contrat.

TROUSSE MÉDICALE DE VOYAGE

Cette liste est à adapter et à faire prescrire en fonction de vos besoins personnels et de votre destination par votre médecin traitant.

N'OUBLIEZ PAS VOS MEDICAMENTS HABITUELS

PETIT MATÉRIEL DE SOINS ET PANSEMENTS

Petits pansements, compresses stériles, sparadrap, stéristrip...

Antiseptique (type Septéal, Diaseptyl...).

Collyre (type Dacryoserum, Biocidan, Opticon...).

Pansements hémostatiques (type Coalgan).

Crème de protection solaire et traitement des coups de soleil (type Biafine).

Pensez à vous munir d'un nécessaire pour soigner les ampoules... Cela peut arriver à n'importe qui : le pli d'une chaussette mal enfilée, les chaussures mal lassées, un pied gonflé par la chaleur ou une marche prolongée, ... peuvent provoquer des ampoules. La double peau type Compeed© est très efficace, demandez conseil à votre pharmacien.

CALMER LA DOULEUR ET LUTTER CONTRE LA FIÈVRE

Paracétamol : Doliprane, Dafalgan, Efferalgan etc....

Anti-inflammatoires : Voltarène, Advil, Nureflex...

Antispasmodiques : Spasfon Lyoc, Débridat, Viscralgine...

Douleurs gastriques : Maalox, Gaviscon...

MÉDICAMENTS À VISÉE DIGESTIVE

Antidiarrhéiques : Lopéramide, Imodium, Arestal...

Pansements coliques : Smecta...

Contre les nausées et les vomissements : Primpéran, Vogalène, Motilium...

ANTIBIOTIQUES

Infection ORL ou respiratoire : Amoxicilline (Clamoxyl, Augmentin) ou Macrolides.

Infection urinaire ou diarrhée fébrile : Noroxine (mais risque de photosensibilisation).

TRAITEMENT DES ALLERGIES

Antihistaminiques : Clarityne, Zyrtec, Aérius...

Broncho dilatateurs : Ventoline

Corticoïdes : Solupred, Cortancyl...

TRAITEMENT DE L'EAU

Nous vous recommandons, pour éviter des désagréments, de ne consommer l'eau du robinet, des torrents ou des puits qu'après l'avoir traitée (environ 1 heure avant de la boire suivant le médicament que vous utilisez). Vous devrez donc vous munir de pastilles pour purifier l'eau de type Hydroclonazone ou Micropur : Les 2 sont très efficaces, mais le Micropur, bien qu'un peu plus cher, ne donne pas de goût à l'eau.

CONTRE LES MOUSTIQUES

Si vous êtes sensibles aux piqûres des moustiques, nous vous conseillons de prévoir le nécessaire, plus particulièrement pour les soirées du mois de juillet et août, sous forme d'une action mécanique :

- Une lotion répulsive : akipic, cinq sur cinq, ...
- Une crème apaisante après piqûre : apaisyl, desensilium,...

Mais il existe actuellement de nombreuses autres solutions anti-moustiques en pharmacie ou magasins de sports de plein air : bracelets, huiles essentielles, ultrasons, etc....

VOS BAGAGES

Il vous faut prévoir un sac à dos de 35 à 40 litres + un sac de voyage ou une valise dans lequel laisser les affaires qui resteront à l'hôtel. Un seul bagage par personne, limité à 15 kg.

Prévoir sur vous chaque jour

- Un tee-shirt respirant.
- Un pantalon de marche.
- Une polaire fine.

Viamonts trekking (sarl vstm) tel. 05 61 79 33 49 mail info@viamonts.com

Fiche technique «Des Aravis au lac d'Annecy » Réf : fral48020

- Un coupe-vent ou surveste de montagne.
- Des chaussures de montagne tenant bien la cheville avec une bonne semelle crantée, présentant un contrefort et une bonne imperméabilité.
- Des bâtons de marche (facultatif).

Prévoir dans votre sac à dos quotidien

- Une cape de pluie.
- Une polaire bien chaude.
- Une paire de gants, un bonnet selon la saison et l'altitude ; toujours les avoir au fond du sac.
- Un short (il est préférable de partir en pantalon le matin et se changer en cours de route quand il commencera à faire chaud).
- Une gourde d'1.5 Litre minimum (obligatoire).
- Un bol, boîte ou assiette en plastique.
- Couverts (cuillère, fourchette, couteau).
- Lunettes de soleil.
- Chapeau ou casquette.
- Crème de protection solaire.
- Stick à lèvres écran total (à ne pas confondre avec « hydratant » !).
- Papier toilette et un briquet pour le brûler (lors des pauses en journée !!).
- Mouchoirs en papier.
- Un sac en plastique pour votre poubelle personnelle.
- Pharmacie personnelle vue avec votre médecin. Voir ci-dessus à la rubrique « SANTÉ ».
- Sac plastique ou sur-sac pour protéger vos affaires d'un éventuel mauvais temps.
- Petit sac plastique à fermeture hermétique (type sac de congélation) pour protéger vos papiers d'identité et votre argent.
- Et si vous le souhaitez, un appareil photos.

Dans le sac de voyage ou la valise

- Lampe de poche pour ne pas gêner votre voisin de chambre.
- Affaires de toilettes.
- Boîte en plastique hermétique pour transporter votre pique-nique.
- Des vêtements et chaussures de rechange pour vos soirées à l'hôtel et au village.
- Des sous-vêtements de rechange.
- Des vêtements de randonnée de rechange : tee-shirts, chaussettes...

Liste non exhaustive.

VOTRE SÉCURITÉ

Évitez d'emporter vos bijoux et des objets de valeur.

Ne transportez jamais tout votre argent au même endroit sur vous ou dans vos bagages.

Gardez tous vos papiers (passeports, CNI, etc...) toujours sur vous.

Lors des pauses évitez de vous déplacer pieds nus, mettez toujours des chaussures, surtout sur le sable et les sols humides.

L'éloignement fréquent de tout centre de secours nous oblige à insister sur le fait qu'il faut que vous fassiez preuve d'une prudence particulière dans tous vos agissements entrepris au cours du voyage (baignade, escalade, monte d'animaux, etc...).

Veillez à un lavage régulier et soigneux des mains avant chaque repas (hygiène très stricte des mains notamment au sortir des toilettes).

Évitez les baignades dans les eaux stagnantes (risques d'infection parasitaire).

Ne caressez pas les animaux que vous rencontrez.

LA LIBERTÉ

VOUS RANDONNEZ SOUS VOTRE ENTIÈRE RESPONSABILITÉ

Faire le choix d'une formule de randonnée « en liberté » signifie que vous possédez un minimum d'expériences en matière de randonnée en montagne. Vous savez notamment :

- Lire une carte géographique et un topo-guide et les interpréter sur le terrain.
- Vous orienter sur le terrain et manier la boussole.
- Vous connaissez les règles de sécurité en montagne et vous savez prendre la décision de faire demi-tour quand il est encore temps, notamment en prenant en compte les conditions météorologiques.
- Vous savez qu'il faut partir en bonne condition physique.

VIAMONTS ne pourra être tenu pour responsable en cas d'incident, accident ou dommages corporels qui pourraient résulter de votre randonnée, et plus particulièrement si vous faites le choix de sortir de l'itinéraire proposé.

CE QUI EST IMPORTANT À SAVOIR

L'éloignement des centres de secours nous oblige à insister sur le fait qu'il faut que vous fassiez preuve d'une prudence particulière dans tous vos agissements entrepris au cours du voyage (baignade, escalade, randonnée, monte d'animaux, etc...).

De même, vous devez toujours éviter de vous retrouver seul. Pour cela, n'hésitez pas à faire appel à un autre randonneur pour vous porter secours ou pour aller chercher du secours.

POUR VOUS CONTACTER DURANT LA RANDONNEE

En cas d'urgence, faites appeler « *Viamonts trekking* », nous transmettrons les coordonnées de l'hébergement où vous joindre.

AUTRES INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

POUR SE RENDRE A SAINT JEAN DE SIXT

Vous arrivez en train

Gare SNCF d'Annecy. Renseignements au 08 92 35 36 35, <https://.oui.sncf/>
Puis cars réguliers de la gare routière. Accès fléché depuis les quais de la gare SNCF, attenante à la gare SNCF. Pour Saint Jean de Sixt : voyages Crolard tél : 04 50 02 40 11 ou <http://www.transdevhautesavoie.com/fr...> prévoir 7 €/trajet environ.

Départs des bus du lundi au samedi à 08 heures 15, 9 heures 30, 10 heures 50, 12 heures 30 (mercredi et samedi), 14 heures 15, 15 heures 40, 17 heures 15, 18 heures 30 et 19 heures 40. Départs le dimanche à 08 heures 15, 10 heures 50, 14 heures 15, 15 heures 40, 17 heures 15 et 19 heures 40. Il faut compter 45 minutes.

Vous arrivez en taxi

Taxi Point 07 89 840 203. Tarifs : voir la rubrique « si vous venez en avion ».

Vous arrivez en voiture

Il est possible de garer sa voiture dans un parking derrière le 1^{er} hébergement pour la durée de la randonnée et de revenir la chercher par le bus ou en taxi. Merci de prévenir l'hôtel à l'avance et de leur laisser les clés au cas où il aurait besoin de déplacer votre véhicule. Il est aussi possible de réserver un garage à l'hôtel.

Viamonts trekking (sarl vstm) tel. 05 61 79 33 49 mail info@viamonts.com

Fiche technique «Des Aravis au lac d'Annecy » Réf : fral48020

Pour retourner d'Annecy à Saint Jean de Sixt

Départ des bus du lundi au samedi à 08 heures 15, 9 heures 30, 10 heures 50, 12 heures 30 (mercredi et samedi), 14 heures 15, 15 heures 40, 17 heures 15, 18 heures 30 et 19 heures 40. Départs le dimanche à 08 heures 15, 10 heures 50, 14 heures 15, 15 heures 40, 17 heures 15 et 19 heures 40. Il faut compter 45 minutes.

Taxi : voir la rubrique « si vous venez en avion ».

Vous arrivez en avion

L'aéroport le plus proche est l'aéroport de Genève.

Voici les différentes possibilités pour relier l'aéroport et la rando :

Aller, de Genève à Saint Jean de Sixt :

En taxi de l'aéroport de Genève à Saint Jean de Sixt : 160 €/trajet ; si dimanche ou jour férié ou trajet après 18 heures : 210 €/voiture.

- En train/bus de Genève à Annecy puis en taxi :

De l'aéroport de Genève à Annecy : en train ou bus (certains bus sont directs) ; 2 heures à 2 heures 30 de trajet ; www.sbb.ch

De la gare d'Annecy à Saint Jean de Sixt en taxi : 78 €.

- En train/bus de Genève à Saint Jean de Sixt ; possible uniquement en juillet/août

De l'aéroport de Genève à Annecy : en train ou bus (voir ci-dessus).

De la gare d'Annecy à Saint Jean de Sixt en bus : voyages Crollard.

Retour, d'Annecy à Genève : en bus/train ou en taxi

Covoiturage

Vous pouvez mutualiser les moyens de déplacements en faisant du covoiturage, rendez-vous sur BlaBlaCar.

LA « POLITIQUE » DE *VIAMONTS Trekking* EN FRANCE

LE RESPECT

Partout où nous allons dans le monde, nous faisons le choix de travailler avec les autochtones et privilégions les petits organismes de manière à faire profiter les gens du pays de notre passage.

Cette politique signifie que les relations avec nos hôtes sont basées sur le respect et la compréhension mutuelle, et non sur un simple rapport commercial.

Viamonts trekking (sarl vstm) tel. 05 61 79 33 49 mail info@viamonts.com

Fiche technique «Des Aravis au lac d'Annecy » Réf : fral48020

CÔTÉ ENVIRONNEMENT NATUREL

Ne laissez rien de votre passage... Emportez tout : kleenex, papier toilette (ou brûlez les) et déchets en tout genre. Vous pouvez faire le choix de brûler votre papier toilette, mais faites bien attention à la végétation alentour et qu'il n'y ait pas de vent.

LES PHOTOGRAPHES

Vous pouvez prendre tout ce que vous voulez en photo, il n'y a aucun interdit. Pour les photos de personnes, les gens en général sont conciliants et acceptent avec plaisir d'être pris en photo, mais n'en abusez pas pour autant et n'hésitez pas, avant, à leur demander leur accord !

LA MONNAIE

L'unité monétaire est l'Euro.

CARTOGRAPHIE

I.G.N 1/25000 TOP 25 maps 1/25000 N°3430 ET la Clusaz et 3431 OT Lac d'Annecy.

ADRESSES UTILES

Office du Tourisme de Saint Jean De Sixt : 04 50 02 70 14.

Office du Tourisme d'Annecy : 04 50 45 00 33

PHOTOS

Vous faites de belles photos ! N'hésitez pas à nous envoyer un CD ou un quelconque support (clé usb ou fichier via wetransfer) de vos plus belles photos réalisées lors de votre voyage. Le fait pour vous de nous communiquer des photos implique que vous acceptez que vos photos soient utilisées à titre gracieux sur nos différents supports (catalogue, site internet, fiche technique, etc...).

EN SAVOIR UN PEU PLUS...

BAIGNADE ET VOILE

Viamonts trekking (sarl vstm) tel. 05 61 79 33 49 mail info@viamonts.com

Fiche technique «Des Aravis au lac d'Annecy » Réf : fral48020

Le lac d'Annecy est un des lacs les plus propres de France, plage payante à Talloires (entre 2 et 3 € l'entrée), mais gratuite à Annecy.

On peut louer des petits voiliers ou des planches à voile à la bse nautique d'Annecy.

GASTRONOMIE

Il est possible d'associer gastronomie et randonnée au cours de ce voyage.

A Talloires (l'auberge du Père Bise, l'Abbaye de Talloires sont parmi les tables les plus réputées de France) à Veyrier, le chef de cuisine Marc Veyrat (3* au guide Michelin) possède un restaurant gastronomique sur les rives du lac.

Les prix sont en général très élevés et les réservations obligatoires.

EXTENSION

Vous désirez prolonger votre séjour ?...

Afin d'enchaîner avec une autre randonnée ?...

Contactez nous, nous aurons quelques « bons plans » à vous proposer !

EN CE QUI CONCERNE L'ASSURANCE

Chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant le séjour ou le voyage.

Afin d'éviter d'être, comme souvent, sur-assuré, il est indispensable de bien vous renseigner auprès de vos assurances personnelles (carte bancaire, automobile, familiale, mutuelle, ...) pour connaître vos réels besoin en assurance complémentaire.

Nous vous proposons ensuite plusieurs formules complémentaires, souscrites auprès de la compagnie d'assurance **APRIL Voyage** :

Option 1 : ANNULATION Confort : elle permet le remboursement des frais conservés par l'agence en cas d'annulation par le voyageur, entre la date de souscription du contrat et le départ du séjour, pour un motif entrant dans le champ d'application des garanties couvertes par l'assurance.

Son coût est de **4 %** du prix du séjour, avec un minimum de **20 €** par personne.

Option 2 : PROTECTION SANITAIRE : elle ne peut être souscrite qu'en complément d'une assurance « **multirisques** » couvrant l'annulation, l'assistance et le rapatriement (via votre carte bancaire, une mutuelle, etc...). Elle permet d'être couvert en cas de maladie (épidémie-pandémie) déclarée dans le mois précédant le départ ; en cas de cas contact (épidémie-pandémie) dans les 14 jours précédant le départ ; en cas de refus d'embarquement suite à prise de température ou au résultat positif d'un test PCR à votre arrivée à l'aéroport ; en cas d'annulation par manque de vaccination (épidémie-pandémie). Elle couvre également les frais d'hôtel suite à retour impossible ou suite à mise en quarantaine pour une durée jusqu'à 14 nuits ; elle couvre les frais médicaux et les frais de rapatriement médicaux ; etc...

Elle est d'un coût de **1 %** du prix du voyage, avec un minimum de **10 €** par personne. Prévoir un supplément selon le coût des frais d'hôtels pour lesquels vous souhaitez être pris en charge (base de prise en charge à 80 € par personne et par nuit, mais extension possible à 150 € ou 300 € par personne et par nuit).

Option 3 : MULTIRISQUE Confort : elle couvre l'annulation, le retard aérien, les bagages, l'interruption de séjour, l'individuelle accident, la responsabilité civile privée à l'étranger, le retour impossible, le retour anticipé, l'assistance – rapatriement, et l'assistance voyage (exclusion : frais de recherches et secours).

Son coût est forfaitaire selon le prix du voyage :

Prix du voyage moyen et TTC par personne	Tarifs de l'assurance par personne
Jusqu'à 350 €	28 €
De 351 à 700 €	40 €
De 701 à 1200 €	57 €
De 1201 à 2000 €	76 €
De 2001 à 4000 €	92 €
De 4001 à 16 000 €	5 %

La prime par personne est déterminée selon le prix moyen du voyage entre toutes les personnes ayant souscrit le même contrat d'assurance sur le même dossier.

Au sein de l'option MULTIRISQUES Confort, il vous est proposé 3 options complémentaires :

- **Option 4 : Option : GARANTIE DES PRIX** : elle vient en complément de la **MULTIRISQUE Confort**. Elle couvre la hausse du prix du voyage suite aux hausses du coût du carburant, à la variation du coût des taxes et

redevances, et à la variation du cours des devises. Elle est d'un coût fixe et forfaitaire de **15 €** par personne.

- **Option 5 : Option : SPORTS ET LOISIRS** : elle vient en complément de la **MULTIRISQUE Confort**. Elle couvre les dommages au matériel de sport, l'interruption de l'activité sportive, les frais de recherche et de secours en mer et en montagne, et responsabilité civile sport. Elle est d'un coût fixe et forfaitaire de **25 €** par personne.
- **Option 6 : Option : PROTECTION SANITAIRE** : elle vient en complément de la **MULTIRISQUE Confort**. Il s'agit d'une couverture supplémentaire en annulation + assistance pour les maladies en cas d'épidémie ou de pandémie (voir détails sur l'option 2). Elle est d'un coût de **20 % du montant de la prime d'assurance MULTIRISQUE Confort**, hors options.
Exemple : pour un séjour à 850 €, la prime d'assurance sera de 57 €, l'option PROTECTION SANITAIRE sera donc de 11,40 €.

Option 7 : COMPLEMENTAIRE CB : elle vient en complément d'une carte bancaire **HAUT DE GAMME** pour augmenter les garanties couvertes ou augmenter les plafonds de remboursement. Elle ne sera déclenchée qu'après traitement de la garantie par la carte bancaire. Son coût est forfaitaire selon le prix du séjour :

Prix du voyage moyen et TTC par personne	Tarifs de l'assurance par personne
Jusqu'à 400 €	6 €
De 401 à 700 €	9 €
De 701 à 1500 €	19 €
De 1501 à 2500 €	32 €
De 2501 à 3500 €	48 €
De 3501 à 5000 €	66 €
De 5001 à 7000 €	92 €

La prime par personne est déterminée selon le prix moyen du voyage entre toutes les personnes ayant souscrit le même contrat d'assurance sur le même dossier.

Réduction **FAMILLE / Groupe d'AMIS** uniquement sur options 1 et 3 :

Il existe une formule qui peut être utilisée de 4 à 9 personnes inscrites sur le même contrat de voyage et avec la même option d'assurance.

Il s'agit d'une réduction de 20 % qui s'applique sur le prix de la prime d'assurance mais uniquement de la 4^{ème} à la 9^{ème} personne. Un tarif globalisé et personnalisé sera donc appliqué individuellement.

N'hésitez pas à nous contacter pour toute information concernant les détails des garanties couvertes par ces assurances.

En cas de souscription à l'une d'elle, un document mentionnant tous les détails vous sera envoyé par mail avec la confirmation de votre inscription.

POUR VOUS INSCRIRE

Vous disposez d'un bulletin d'inscription à la fin de notre brochure. Vous pouvez également le télécharger sur notre site Internet ou nous demander de vous l'envoyer par mail, fax ou courrier.

Pour être pris en compte, le bulletin d'inscription doit être accompagné du versement d'un acompte de 30% (par chèque, virement bancaire ou carte bancaire).

Vous avez aussi la possibilité de réserver votre voyage par internet avec un paiement 100 % sécurisé. Pour vous inscrire :

- Choisissez votre voyage, aller sur la fenêtre « dates et tarifs », sélectionnez la date de votre départ et cliquer sur « réserver »
- Indiquez le nombre de participants
- Indiquez vos options complémentaires (si vous en prenez)
- Indiquez vos coordonnées bancaires pour régler les 30 % d'acompte ou la totalité du voyage.
- Vous recevrez, suite à votre inscription un accusé de réception de votre règlement ; nous vous répondrons que votre transaction a bien été prise en compte.

SUITE À VOTRE INSCRIPTION

Après inscription, nous enverrons un courrier de confirmation et votre facture. Environ 3 semaines avant votre départ, vous recevrez un carnet de voyage pour préparer votre séjour. Vous y retrouverez les formalités de police, de santé, la

pharmacie, la liste des bagages nécessaires et d'autres menues informations indispensables à la préparation de votre séjour.

Dans tous les cas, n'hésitez pas à nous contacter si vous aviez encore une question à propos de ce séjour et de cette destination à réception de ce carnet de voyage.

Certains d'entre vous (de plus en plus nombreux...) attendent que le départ sur une destination soit confirmé pour s'inscrire... ! Si vous attendez le dernier moment, 2 problèmes majeurs risquent de survenir :

- *Si tout le monde attend que le départ soit confirmé pour s'inscrire, il ne se confirmera jamais !!...*
- *Avec une inscription tardive celle-ci peut vous être refusée car le groupe ou un des hébergements est complet.*

ALORS NE TARDEZ PAS ... POSEZ VOS VACANCES ET INSCRIVEZ-VOUS... AU MOINS TROIS MOIS AVANT LA DATE DE DÉPART.

EN CAS D'URGENCE ABSOLUE

Si vos proches doivent vous contacter d'urgence pendant ce séjour, faites-nous appeler. Nous leur communiquerons le numéro de téléphone du prochain hébergement et/ou nous les mettrons directement en contact avec vous, notamment s'ils ont besoin d'aide.

Nous espérons avoir répondu à toutes vos questions.

Si ce n'était pas le cas, vous pouvez :

- Nous appeler au : **05 61 79 33 49**
- Nous envoyer un fax : **05 61 95 83 35**
- Nous demander par mail de **vous rappeler** sur votre téléphone
- Nous contacter par mail : info@viamonts.com
- Nous contacter via notre site internet : www.viamonts.fr
- Ou encore nous écrire à :



07, rue des Fossés
31800 SAINT-GAUDENS